

第 1 章

天生我才必有用

你应该尽量发挥自己的能力、智力和创造力，使他们集中于自己的目标上。千万不可依人作嫁，随声附和，专去做别人的尾巴。

——莎士比亚

人生至要之事是发现自己，所以有必要偶尔与孤独、沉思为伍。

——南森

只有那些知道控制他们的缺点，不让这些缺点控制自己的人才是强者。

——巴尔扎克

方 案 1

正确评价自己，找到生活中的位置

一个年轻人在逛集市的时候，看见一位老人摆了个捞鱼的摊子，他向有意者提供渔网，捞起来的鱼归捞鱼人所有。这个年轻人一时童心大发，蹲下去捞起鱼来，他一连捞碎了三只网，一条小鱼也未捞到，见老人眯着眼看自己的蠢样，心中似乎暗自窃笑，他便不耐烦地说：“老板，你这网子做得太薄了，几乎一碰到水就破了，那些鱼又怎么捞得起来呢？”

老人回答说：“年轻人，看你也是念过书的人，怎么也不懂呢？当你心中生意念想捞起你认为最美的鱼时，你打量过你手中所握的渔网是否真有那能耐吗？追求不是件坏事，但是要懂得了解你自己呀！”

“可是我还是觉得你的网太薄 根本捞不起鱼。”

“年轻人，你还不懂得捞鱼的哲学吧！这和众人所追求的事业、爱情、金钱都是一样的。当你沉迷于眼前目标之际，你衡量过自己的实力吗？”

目标越大，得失越大，挫折感也就越大，人生之苦不都是这样吗？也许你该放弃那些大而美丽的目标，选择伸手可及的目标吧！人应该务实一点！企望着遥不可及的事物，不如把宏大的计划分成几

段，从容易的着手，一步步达到自己的目的。

人生最大的难题莫过于：知道你自己！许多人谈论某位企业家、某位世界冠军、某位著名电影明星时，总是赞不绝口，可是一联系到自己，便一生长叹：“我不是成才的料！”他们认为自己没有出息，不会有出人头地的机会，理由是：“生来比别人笨”，“没有高级文凭”，“没有好的运气”，“缺乏可依赖社会关系”，“没有资金”等等。而要获得成功就必须正确认识自己，坚信“天生我材必有用”。

严重的自卑感扼杀一个人的聪明才智，另外，它还可以形成恶性循环：由于自卑感严重，不敢干或者干起来缩手缩脚、没有魄力，这样就显得无所作为或作为不大；旁人会因此说你无能，旁人的议论又会加重你的自卑感。因此必须一开始就打断它，丢掉自卑感，大胆干起来。

谦虚是一种美德，但是缺点往往是优点的过分延伸。过于谦虚，或者由于自卑而谦虚，都是不应该的。几乎每一个科学家都是非常自信的人。自信，可以使你精神振奋、勇于进攻、战胜困难。所以，必须积极寻找自我解脱之路，走出自卑的心理误区。下面是一些简便易行的、也是最基本的方法。

古人说：“把自己太看高了，便不能长进。把自己太看低了，便不能振兴。”美国一位心理学家认为：多数情绪低落、不能适应环境者，皆因无自知之明。他们自恨福浅，又处处要和别人相比，总是梦想如果能有别人的机缘，便将如何如何。其实，只要能客观地认识自己，就能走出情绪的低谷。

有一位催眠师曾对一位身体强壮的男子施以催

眠术，使他进入被催眠状态，然后对他说：“你现在手上根本没有一丝力气，连一根铅笔都拿不起来！”果然，一个壮男子真的连一枝铅笔也拿不起来了！他已经把催眠师的语言变成了一种信念，他的行为是这种信念支配的结果。自卑者的情况也类似，只不过发出暗示的人是自己罢了。

客观地认识你自己这当然是困难的，然而作为一个想正正经经做一番事业的人，对自己先要有个正确的认识，难道不应当是一个起码的要求吗？比如说，你可能解不出那样多的数学难题，或记不住那样多的外文单词成语，但你在处理事务方面却有特殊的本领，能知人善任、排忧解难，有高超的组织能力；你在物理和化学方面也许差一些，但写小说、诗歌是能手；也许你分辨音律的能力不行，但有一双极其灵巧的手；也许你连一张桌子也画不像，但是有一副动人的歌喉；也许你不善于下棋，但是有过人的膂力。在认识到自己长处的这个前提下，如果你能扬长避短，认准目标，抓紧时间把一件工作或一门学问刻苦地认真地做下去，久而久之，自然会结出丰硕的成果。

即使是那些看起来很笨的人，也许在某些特定的方面有杰出的才能。中国古代有个叫阿留的人，各方面都很无能，但在绘画方面是个天才；陈景润当不好数学教师，却可以进攻世界难题；柯南道尔作为医生并不著名，写小说却名扬天下……每个人都有自己的特长，都有自己特定的天赋与素质，如果你选对了符合自己特长的努力目标，就能够成功，如果你没有选对符合自己特长的努力目标，就多少

会自己埋没自己。

人在生活中有成功也有失败。然而，传统观念使人们注意从失败中吸取教训，而不注意对成功的研究，所以失败在人的心理上留下的印痕更深。倘若一个人失败的次数多了，就容易把自己看得一无是处。

一个全面而客观的自我认识应该包括成功和失败两部分。自卑者一旦把视野拓宽或换一个角度来看，就会突然发现一个完全不同的我。请记住心理学家罗伯特·安东尼的下面这段话：“将自己的每一条优点都列出来，以赞赏的眼光看看他们。经常看，最好背下来。将注意力集中于自己的优点，你会在心里树立信心：你是一个有价值、有能力、与众不同的人。无论什么时候，你只要做对一件事，就要提醒自己记住这一点，甚至为此酬谢自己。”

俗话说：“天生我材必有用。”当人生下来时，人的智力有高下，在不同的社会背景下成长，会表现出能力上的差异。好在社会对人才也有多层次的需求，既需要工程师、科学家，也需要售票员、清洁工，“三百六十行，行行出状元。”每个人都应该在社会中找到自己的位置。对自己的发展应该建立在现实的基础上，倘若一味地与别人攀比，好高骛远，只能导致失败、挫折，从而加重心理创伤。

我们如果自觉某些方面不如别人的话，为什么不考虑扬长避短呢？

“人无完人，金无足赤。”能力的差异是客观存在的，由于能力的高低不同，才有伟大人物与平民百姓之分，才有声名显赫和默默无闻之分。

但是一个人长于此，未必长于彼，“智者千虑，必有一失；愚者千虑，必有一得。”能写的人不一定健谈；善于思考的人不一定有好的记忆力；学者富于抽象思维能力，却缺乏具体的操作能力，伟大人物能率领千军万马，做出惊天动地的大事业，对家庭琐事却可能一筹莫展。

所以，每一个人都应该努力根据自己的特长来设计自己、量力而行。根据自己的环境、条件、才能、素质、兴趣等，确定进攻方向。不要埋怨环境与条件，应努力寻找有利条件；不能坐等机会，要自己创造条件；拿出成果来，获得了社会的承认，事情就会好办一些。从事科学研究的人不仅要善于观察世界，善于观察事物，也要善于观察自己，了解自己。

汤姆逊由于“那双笨拙的手”，在处理实验工具方面感到很烦恼，因此他的早年研究工作偏重于理论物理，较少涉及实验物理，并且他找了一位在做实验及处理实验故障方面有惊人能力的年轻助手，这样他就避免了自己的缺陷，努力发挥了自己的特长。珍妮·古多尔清楚地知道，她并没有过人的才智，但在研究野生动物方面，她有超人的毅力、浓厚的兴趣，而这正是干这一行所需要的。所以她没有去攻数学、物理学，而是进到非洲森林里考察黑猩猩，终于成了一个有成就的科学家。

综观古今中外凡是事业上取得成就的人，都有一个共同的特点，那就是做自己最适合做的事。

一位名人曾经说过：“一个人一生只能做一件事。”他所说的一件事，实际上就是指某一项宏大的

事业。一个人本事再大，精力再多，寿命再长，无论如何也不可能把三百六十行都尝试到，他所做的事情实在是有限的。

因而，一个人要实现人生的价值，就得珍惜这有限的时间，就得选择最适合于自己去做的事。不要什么都做，结果什么都做不到极致，既浪费了时间也浪费了生命，徒留悲切在心中。

最适合自己去做的事，也就是自己最感兴趣的事，自身素质能够满足要求的事，客观条件许可的事，这几种因素缺一不可，再加上恒心和毅力，才能有希望做好，有较大的把握做好。

每一个人都有自己的兴趣、爱好，都有自己擅长做的事，因而要取得成功，就要把自己奋斗的目标定位在自己所热爱的事业上，不能选择自己兴趣不大或者毫无兴趣的事。

例如，一个人从小就喜欢音乐，渴望将来成为一个音乐家，于是成年后便把自己追求的目标确定在音乐事业上，可以说他成功的可能性是比较大的，事实证明所有的音乐家都是这样成材的。假如他不喜欢音乐，一直讨厌五线谱，那么如果强迫他去学唱歌或学习演奏乐器，他必定不会有多大成就，最多只能把从事这项职业当作养家糊口的手段。

无论做什么事，都要自身的基本素质所许可，如果是一些特殊的职业，对一个人自身的条件要求会更高。有的职业对身体素质要求比较高，如运动员、演员、飞行员、时装模特儿等等；有的职业对智力要求比较高，如科学家、作家、商业策划人员、电脑专家等等；有的职业则要求所从事的人员综合

素质好，如政治家、外交家、电视节目主持人、高级管理人员等等。还有一些特殊的职业，则对人的某一个方面有特别的要求，一般人难以从事这些工作，例如品酒员，则要求有独特的味觉和嗅觉等等。

因而，光有爱好、兴趣还远远不够，还必须具备从事这项职业所需要的身体或智力条件。就像很多人都羡慕运动员、演员的风光，但是，要想使自己成为一个运动员或演员，那不是靠爱好、靠勤奋努力就能够做到的。

具有良好的自身条件，还不能认为做什么事就一定成功，还需要一定的客观条件，客观条件许可才能成功。例如，农民种庄稼，关键是要有种子，但是有了种子不播种在田地里是不行的，播种在土里，如果季节不合适、没有雨水、没有阳光等等仍然是不行的。可见，客观条件同主观条件一样重要。

同样，一个人要取得事业上的成功，主客观方面的条件都要具备才行。最重要的，是要准确地认识自己，了解自己的长处和短处，要扬长避短，千万不要去做自己不适合做的事。要区分什么是兴趣、爱好，什么是自己的特长，不能把这两种混为一谈，更不能优劣颠倒，把短处当长处。

生活中许多人之所以不能取得成功，或者成就不大，有很大一部分原因，就是这些人不能认识自己所处的环境和自身条件，结果许多人盲目地去做自己不适宜做的事，失败或成就很小乃是必然的事。

例如，许多人特别是一些年轻的朋友，由于读了一些文学作品，也多少了解一些作家的逸闻趣事，可以说连一定的文学素养都不具备，就要立志去做

一个作家，世上哪有这样便宜的事呢！甚至一些只上过小学的人，也埋头著书立说，不要说这样的人要成为一个真正的作家实在是不可想象的，就是在报刊上发表几篇习作也不是容易的事，这实在是浪费自己宝贵的年华。如果用做这些不可能成功的事的时间和精力，去干适合自己干的事，也许早就有所成就了。

做自己适合做的事，即使一时成功不了，坚持下去也必有收获，即使得不到巨大的成功，也不至于一无所获。这就是成功的秘诀。

方 案 2

发现自己的特长， 选择适合自己的努力方向

实现人生目标和理想最为重要的，当然是自己的能力。一个人的能力，好比一个国家的国情。无论是一个国家，还是一个个人，在制定发展目标的时候，必须从自己的实际能力出发，认清实现目标的基础，分析这样的基础目前是否已经具备，预测目标与基础有多大的距离，凭自己的能力能否消除这种距离。

为了说明这个道理，我们不妨先从国家的发展目标说起。众所周知，我国经历过长期的左倾冒进的时期，当时没有从自身的国情出发，在国民经济基础相当薄弱的时候，就提出“赶英超美”的口号，提出“跑步进入共产主义”的目标，结果，不仅目标没有如愿以偿，而且犯了左倾冒进的错误，事与愿违，阻碍了国民经济的正常发展。这一错误的根源，就是在思想方法上缺乏实事求是的精神，没有充分认清本国的国情。

一个国家是这样，小到一个个人也是这样。制定个人成功的目标，必须先认识自己的能力，看自己有没有能力达到这一成功的目标。

能力是一个外延十分广泛的概念。在现代社会，不外包括掌握知识的能力，处理人际关系的能力，处理复杂问题的能力，吃苦耐劳的能力等等；其中还包括自己的既有实力，包括拥有的知识水平，人际关系如何，身体素质、家庭环境、财力状况等。认识自己是非常困难的，甚至有人指出，人生最大的难题莫过于：知道你自己！许多人谈论某位企业家、某位世界冠军、某位著名电影明星时，总是赞不绝口，可是一联系到自己，便一声长叹：“我不是成才的料！”他们认为自己没有出息，不会有出人头地的机会，理由是：“生来比别人笨”；“没有高级文凭”，“没有好的运气”，“缺乏可依赖社会关系”，“没有资金”等等。而要获得成功就必须正确认识自己，坚信“天生我材必有用”。

有一则英国寓言说：有一天，一个国王独自到花园里散步，使他万分诧异的是，花园里所有的花草树木都枯萎了，园中一片荒凉。后来国王了解到，橡树由于没有松树那么高大挺拔，因此轻生厌世死了；松树又因自己不能像葡萄那样结许多果子，也死了；葡萄哀叹自己终日匍匐在架上，不能直立，不能像桃树那样开出美丽可爱的花朵，于是也死了；牵牛花也病倒了，因为它叹息自己没有紫丁香那样芬芳；其余的植物也都垂头丧气，没精打采，只有顶细小的心安草在茂盛地生长。

国王问道：“小小的心安草啊，别的植物全都枯萎了，为什么你这小草这么勇敢乐观，毫不沮丧呢？”

小草回答说：“国王啊，我一点也不灰心失望

因为我知道，如果国王您想要一棵橡树，或者一棵松树、一丛葡萄、一株桃村、一株牵牛花、一棵紫丁香等等，您就会叫园丁把它们种上，而我知道您希望于我的就是要我安心做小小的心安草。”

如果一个人能够发现自己和别人在学习、生活方式方面的差异，发现自己的长处，让自己们有机会依照自己擅长的方式获取知识和技能，那他就不至于在学习上遭遇痛苦或不必要的失败经历。

一位西方教授撰书指出，通向成功的道路有许多条，在不同领域不同行业，人们取得成功所需要的才能和智慧是不一样的。几乎每个孩子都有自己擅长的一种或几种才能。

有的孩子表现出空间天分，他们的视觉似乎特别发达，喜欢把事物视觉化，即把文字或语音信息转变为图画或三维形象，可能在绘画、摄影、建筑或服装设计、造型艺术等方面表现出兴趣和特长。

有的孩子表现出音乐天分，他们的听觉特别发达，很小就表现出对音准和声音变化的高度敏感，并能迅速而准确地模仿声调、节奏和旋律。

有的孩子表现出身体运动天分，他们能很好地协调肌肉运动，体态和举止优美而恰当，他们通常在体育运动、机械、戏剧和其他操作工作中有杰出表现，很容易成为优秀的演员、舞蹈家、运动员、机械师和外科医生。

有的孩子很有逻辑、数学天分，他们喜欢并擅长计数、运算，思维很有条理，经常向家长或老师提问题，追问为什么，并愿意通过阅读或动手实验寻找答案。如果他们的好奇心能得以满足，那么他

们很可能在理科学习和研究上取得好成绩。

有的孩子很有语言天分，他们说话早，对语音、文字的意思很有兴趣，喜欢听故事、讲故事，喜欢绕口令和猜谜等语言游戏，喜欢读书和听别人读书，他们很可能成为成功的作家。

有的孩子擅长人际交往，他们比较容易理解他人的感受，能够和各类人相处，在各种情况下都能恰当地表达自己，经常充当团体的领袖人物，他们比较容易在政治、教育、管理或社会活动等领域取得成功。

有的孩子善于了解自身的能力和情感，他们喜欢独立工作，善于反省自己。

每个人都有自己独特的学习风格。以奥运会金牌得主，著名的美国跳水运动员格里格·洛加尼斯为例。在开始上学的时候，他很害羞，在讲话和阅读方面遇到了困难，为此他受到了同伴的嘲笑和作弄。这一切令他非常沮丧。他决心集中一切时间和精力投入他能够掌握和精通的事情上，以向别人表明他能做成功一些事情。洛加尼斯喜欢并且精通舞蹈、杂技、体操和跳水，于是他集中磨练自己的运动天才，开始在各种体育比赛中崭露头角。后来，他得到一位前奥运会跳水冠军的指点，接受了专业训练。经过长期的努力，洛加尼斯终于在跳水方面取得骄人的成就。他 16岁成为美国奥运会代表团成员，并在常春藤加州大学获得戏剧学学位；28岁时已获得6个世界冠军、3枚奥运会奖牌、3个世界杯和许多其他奖项；1987年作为世界最佳运动员获得欧文斯奖。

世界历史上有许多著名人物，由于学习方式的差异，曾经在学校里遇到严重的学习困难。虽然他们的学习方式和学校教育格格不入，但只有当他们的能用自己的方式去学习和工作时，他们才能充分发挥自己的才华和特长。

前英国首相温斯特·丘吉尔曾经在阅读上遇到问题，有点口吃，而且异常好动。他曾被归入学习最差学生的行列，不得不参加专为学习差生组织的集中教授英语的班级学习。理论物理学家诺贝尔奖获得者阿尔伯特·爱因斯坦，在学校中 7 次考试不及格，老师说他会做白日梦，不会学习；他在学校没有朋友，父亲常说他愚蠢，并为此而感到羞愧。托马斯·爱迪生有严重的记忆问题，在谈到学校时，他说：“我记得我一点儿都不能与学校相处，我在班里总是成绩最差。我总认为老师不同情我。”美国第 27 任总统伍德罗·威尔逊到 9 岁还没学会字母表。然而，无论他们的字迹多么潦草，在拼写方面出现过多严重的问题，面对阅读材料及抽象的数学概念感觉有多困难，他们从不放弃对未来的憧憬和希望，最终能够扬长避短，集中锻炼自己的能力，发挥自己的长处，对社会和世界带来巨大的冲击，为人类做出了重大的贡献。

你发现自己的特长了吗？按照最适合自己的方式在生活中充满自信地前进吧！

方 案 3

将你现有的才能发挥到极限

演技派电影明星达斯丁·霍夫曼在“金球奖”的颁奖典礼上接受终身成就奖时，提到一个真实的小故事。30年前，有一次，他为了《毕业生》那部电影宣传，碰巧与音乐大师史达温斯基在同处接受访问。主持人问起史氏，何时是他一生当中最感到骄傲的时刻——新曲的首度公演？功成名就、掌声四起？史氏都加以一一否认，最后，他说：“我坐在这里已经好几个小时了，这之间，我一直不断地为我新曲中的一个音符绞尽脑汁，到底是‘1’比较好？还是‘3’？当我最后发现众里寻她千百度那一个音符的一刹那，是我人生中最快乐、最骄傲的时刻！”霍夫曼说，他被大师感动得当场哭了起来。

如同伟大的作曲家心无旁骛、孜孜不息地寻找一个最能感动他的音符，不管是从事何种行业的人，那最令人满足、安慰的时刻，的确是在自己“千山万水”、“柳暗花明”终于找到了的一瞬间。登山者攀越高峰，淌着血汗、一步一个脚印地爬上去，面对挑战，战胜挑战，达到顶峰，那一刻“皇天不负苦心人”的心灵震撼，绝对是无可比拟的！

人生最大的骄傲，不在外来的掌声、名利或权势；掌声会停，名利、权势也不过是暂时的锦上添花

花、过眼云烟！倒不如试着学习认识自己的潜能，对自己的言行负责，并在设定方向之后，不畏艰辛，静心、努力、不懈地追寻，一旦真的找着了最能感动自己灵魂的“那一个音符”，必得人生至乐！

人生的旅途上，有些人或许已经找到自己所要的那个音符了，这可喜可贺，却也要继续努力，“百尺竿头，更进一步”。而那些仍在寻找的人，更不须气馁，“铁杵必能磨成绣花针”；过程也比结果来得重要，像莫扎特那种天才，毕竟少数！

鲁迅、郭沫若原来都是学医的。作为医生，他们并不出类拔萃，后来改搞文学，成了文坛巨人。如果他们坚持学医，那就可能埋没自己的才能。

对于科学人才来说，也有许多自我埋没的现象。爱因斯坦大学时的老师佩尔内教授有一次严肃地对他说：“你在工作中不缺少热心和好意，但是缺乏能力。你为什么不学医、不学法律或哲学而要学物理呢？”幸亏爱因斯坦深知自己在理论物理学方面有足够的才能，没有听那个教授的话。否则，也许我们的物理科学就不会像今天这样了。

科学的门类不同，需要的素质与才能也不同。比如：做一个杰出的临床医生，必须具有很好的记忆力；研究理论物理学，抽象思维能力不可少；一个数学家没有必要一定具备实际操作、设计和做实验的能力，虽然这种能力对于一个化学研究者来说是必不可少的；而天文学主要是一门观察科学，需要很好的观察能力，浓厚的兴趣和长久细致进行观察的毅力。人的兴趣、才能、素质也是不同的。如果你不了解这一点，没有能把自己的所长利用起来，